

श्रीयोगदर्शनम्.

द्वितीय अध्याय-साधनपाद

અનુવાદક,

પંડિતશ્રી માધવ શર્મા,

જામખંભાળીઆ

પ્રકાશક,

શ્રી આનંદાશ્રમ-મુમુક્ષુ મંડળ,

કરાચી.

સંવત ૧૯૯૦. ફાલ્ગુન શુદી ૩.

મૂલ્ય ૦-૧-

નિવેદન

શ્રેયસાધક મુમુક્ષુ સજ્જનો માટે શ્રી પતંજલિ મુનિ પ્રણિત શ્રી યોગ દર્શનનું અધ્યયન આવશ્યક છે. આ યોગ દર્શનના સાધનપાદનું પ્રવચન પંડિત શ્રી માધવ શર્માજી દ્વારા શ્રી આનંદાશ્રમમાં કરવાનું નિશ્ચિત થતાં તેટલો ભાગ છપાવી લેવાની કેટલાક ભાઇઓની ઇચ્છા થઇ અને તે ઉપરથી ઉપરોક્ત પંડિતજી પાસે સરળ ભાષાંતર લખાવી અમોએ પ્રગટ કરેલ છે. જેમને આ વિષયમાં રૂચિ હોય તેમણે આ વિષયને બરાબર સમજવા માટે વિદ્વાનો પાસે અનુ શ્રવણ કરવું અને આપણા પૂજ્યપાદ પ્રાતઃસ્મરણીય શ્રી સદ્ગુરૂદેવ શ્રી અમૃતનાથ શર્માજીનું લખેલ શ્રી યોગ દર્શનનું સારી રીત્યે અવલોકન કરવું. આટલી વિનંતિ કરી આ નિવેદન પૂર્ણ કરવામાં આવે છે અને ઇષ્ટ દેવના સાનિધ્યમાં પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે કે તેઓ કૃપા કરી સાધકોને સદૈવ આવા શાસ્ત્રોના શ્રવણ મનનાદિમાં વિશેષ રૂપથી રૂચિ અને અનુકુળતા પ્રદાન કરે.

ૐ શાંતિઃ શાંતિઃ શાંતિઃ

પ્રકાશકો.

॥ ॐ ॥

श्रीपातञ्जलयोगसूत्राणि

अध्याय २

अथ—साधनपादप्रारम्भः

तपः स्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः १

તપ, સ્વાધ્યાય અને ઇશ્વર પ્રણિધાન આ ક્રિયાયેાગ છે. ૧

समाधिभावनार्थः क्लेशतनूकरणार्थश्च २

આ ક્રિયાયેાગ સમાધિના અભ્યાસ માટે અને ક્લેશને ન્યુન કરવા માટે આવશ્યક છે २

अविद्याऽस्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः क्लेशाः ३

અવિદ્યા, અસ્મિતા, રાગ, દ્વેષ, અને અભિનિવેશ ક્લેશનાં આ પાંચ નામ છે. ૩

अविद्याक्षेत्रमुत्तरेषां प्रसुप्ततनुविच्छिन्नोदाराणाम् ४

અવિદ્યારૂપી ક્ષેત્રથી અસ્મિતા, રાગ, દ્વષ અને અભિ-નિવેશ ઉત્પન્ન થાય છે, તે ક્યારેક પ્રસુપ્ત, કયારેક સૂક્ષ્મ, ક્યારેક વિચ્છિન્ન અને કયારેક ઉદારભાવથી ચિત્તમાં રહે છે. ४

अनित्याशुचिदुःखानात्मसु नित्यशुचिसुखात्मख्यातिरविद्या ५

અનિત્યને નિત્ય, અશુચિને શુચિ, દુ:ખને સુખ, અને અનાત્માને આત્મા સમજવેા એજ અવિદ્યા છે. ૫

दृग्दर्शनशक्त्योरेकात्मतेवास्मिता ६

દૃક્દર્શન શકિતનેા અભેદ નથી છતાં ઉભય અભેદ જેવાં જણાય છે તે જ્ઞાનનું નામજ અસ્મિતા છે. ૬

सुखानुशयी रागः ७

પૂર્વાનુભૂત સુખની સ્મૃતિ અનુસાર તેવા સુખભેાગની પુનઃ ઇચ્છા થવી તેનું નામ રાગ છે ૭

दुःखानुशयी द्वेषः ८

અનુભવ કરેલા દુ:ખના સ્મરણપૂર્વક તે પુનઃ ભેાગવવાં ન પડે આવા વિચાર પૂર્વક તેના નિવારણ માટે પ્રયત્ન તેનુંજ નામ દ્વેષ છે. ૮

स्वरसवाही विदुषोऽपि तथा रूढोऽभिनिवेशः ९

મૂર્ખને તેમજ વિદ્વાન્‌ને પણ વાસના રૂપે વહેનારા સ્વાભાવિક મરણ ભય છે તે પ્રસિદ્ધ અભિનિવેશ કહેવાય છે. ૯

ते प्रतिप्रसवहेयाः सूक्ष्माः १०
ક્રિયાયોગ દ્વારા ઉપરોક્ત પાંચ પ્રકારના ક્લેશ ક્રમશઃ ક્ષીણ થાય છે ત્યાર પછી સમાધિ સિદ્ધ થતાં પ્રભાવ વિનાના તે ક્લેશો નષ્ટ થઇ જાય છે ૧૦

ध्यानहेयास्तद्वृत्तयः ११
કેવળ ધ્યાન દ્વારાજ આ સર્વ ક્લેશનો ક્ષય થઇ શકે છે. ૧૧

क्लेशमूलः कर्माशयो दृष्टादृष्ट जन्म वेदनीयः १२
કર્માશયના મુળરૂપ આ ક્લેશો વર્તમાન અથવા ભવિષ્યના જીવનમાં ફલ ઉત્પન્ન કરે છે. ૧૨

सति मूले तद्विपाको जात्यायुर्भोगाः १३
મનમા આ સંસ્કાર રૂપ મૂળ રહેવાને લીધે તેનાં ફળ સ્વરૂપ મનુષ્યાદિ જાતિને ભોગવવા પડે છે. ૧૩

ते ह्लादपरितापफलाः पुण्यापुण्य हेतुत्वात् १४
પુણ્ય અને પાપ તેનાં કારણ હોવાને લીધે તેનાં ફળ આનંદ અને દુઃખ અવશ્ય પ્રાપ્ત થાય છે ૧૪

परिणामताप संस्कारदुःखैर्गुणवृत्ति विरोधाच्च दुःखमेव सर्वं विवेकिनः १५
પરિતાપ રૂપ દુઃખ ભવિષ્યત સંસ્કાર રૂપે દુઃખમાં પરિણત થાય છે અને ત્રણ ગુણના પરસ્પર વિરૂદ્ધભાવ-

વશાનને લીધે સુખનું પરિણામ દુઃખ અને દુઃખનું પરિણામ સુખ છે એમ જાણીને વિવેકી મહા પુરુષોને સર્વ કાંઇ દુઃખ અને દુઃખનું કારણજ જણાય છે ૧૫

हेय दुःखमनागतम् १६

ભવિષ્યમા પુનઃ દુઃખ ન થાય આવા પ્રકારનો પ્રયત્ન કરવા જોઇએ. ૧૬

द्रष्टृदृश्ययोः संयोगो हेयहेतुः १७

દ્રષ્ટા અને દ્રશ્યનો સંયોગ એજ દુઃખનું કારણ છે ૧૭

प्रकाश क्रिया स्थितिशीलं भूतेन्द्रियात्मकं भोगापवर्गार्थं दृश्यम् १८

પ્રકાશ ક્રિયા, અને સ્થિતિશીલ ત્રિગુણાત્મિકા પ્રકૃતિ અને તેનાથી ઉત્પન્ન થનાર પંચભૂત અને ઇંદ્રિયો દ્રશ્ય છે અને આ સર્વે દ્રષ્ટા પુરુષના ભોગ અને મોક્ષના કારણ ભૂત છે. ૧૮

विशेषाविशेषलिङ्गमात्रा लिङ्गानि गुणपर्वाणि १९

ત્રિગુણાત્મક પ્રકૃતિ વિશેષ અવિશેષ, લિંગ, અને અલિંગ નામના ચાર પ્રકારના અવસ્થાક્રમથી વિકાશને પામે છે. ૧૯

द्रष्टा दृशिमात्रः शुद्धोऽपि प्रत्ययानुपश्यः २०

દ્રષ્ટા કેવળ ચૈતન્ય માત્ર છે અને યદ્યપિ તે સ્વયં પવિત્ર સ્વરૂપ છે છતા તે વૃત્તિનો સાક્ષી થાય છે. ૨૦

तदर्थ एव दृश्यस्यात्मा   २१
તે દૃષ્ટ ને માટેજ દૃશ્યનું સ્વરૂપ છે   ૨૧
कृतार्थं प्रति नष्टमप्यनष्टं तदन्य साधारणत्वात्   २२
પ્રકૃતિના તત્વને જાણનાર વિવેક જ્ઞાન સંપન્ન ચિદાત્માને માટે પ્રકૃતિ અદૃશ્ય અને નષ્ટઃપ્રાય નથી.   ૨૨
स्वस्वामिशक्त्योः स्वरूपोपलब्धिहेतुः संयोगः   २३
પુરૂષ પ્રકૃતિનો પરસ્પર સંયોગજ ઉભયના સ્વરૂપ અને શક્તિને ઉપલબ્ધ કરવ મા કારણ રૂપ છે.   ૨૩
तस्य हेतुरविद्या   २४
આ સંયોગનું હેતુ એટલે કારણ અવિદ્યા છે.   ૨૪
तदभावात् संयोगाभावो हानं तद्दृशेः कैवल्यम्   २५
અવિદ્યાનો અભાવ થવાથી પુરૂષની સાથે પ્રકૃતિના સંયોગનો પણ અભાવ થાય છે, સંયોગનો અભાવ થવાથી પુરૂષ કેવળ શુદ્ધ ચિદાત્મા થય છે, ત્યારે તેનું કૈવલ્ય થય છે, કે જય એજ મુક્તિ કહેવાય છે.   ૨૫
विवेकख्यातिरविप्लवा हानोपायः   २६
સત્ય જ્ઞાન આપનારી અને વિવેકથી ઉત્પન્ન થનારી પ્રજ્ઞા એજ અવિદ્યાના નાશનો ઉપાય છે   ૨૬
तस्य सप्तधा प्रान्तभूमिः प्रज्ञा   २७
આ પ્રજ્ઞાની સાત પ્રકારની અવસ્થા છે.   ૨૭

योगाङ्गानुष्ठानादशुद्धिक्षये ज्ञानदीप्तिरा विवेकख्यातेः २८

યેાગના અંગેાના પાલન વડે મનના મેલ ક્ષય પામતાં જ્ઞાન જ્યેાતિમાંથી અને વિવેક પ્રસૂત પ્રજ્ઞાનેા આવિર્ભાવ થય છે २८

यमनियमासन प्राणायामप्रत्याहार धारणा ध्यान समाधयोऽष्टावङ्गानि २९

યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ આ આઠ યેાગના અંગ છે २९

अहिंसासत्यास्तेय ब्रह्मचर्यापरिग्रहा यमाः ३० .

અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય, અપરિગ્રહને યમ કહેવામા આવે છે ૩૦

जातिदेशकालसमयानवच्छिन्नाः सार्वभौमा महाव्रतम् ३१

જાતિ, દેશ, કાલ અને સમય દ્વારા ઉપરેાકત પાંચ પ્રકારના યમ વિચ્છિન્ન ન થતાં જો સર્વે અવસ્થાઓમાં સમભાવથી પાલન કરવામાં આવે તેા તે મહાવ્રત કહી શકાય. ૩૧

शौचसन्तोषतपः स्वाध्यायेश्वर प्रणिधानानि नियमाः ३२

શૌચ, સંતેાષ, તપસ્ય, સ્વાધ્યાય. અને ઇશ્વર પ્રણિધાન આ પાંચ કર્માને નિયમ કહેવામાં આવે છે. ૩૨

वितर्कबाधने प्रतिपक्षभावनम् ३३

ચેાગમાં વિધ્નરૂપ હિંસા વગેરે વિતર્કોના નિવારણ કરવામાં પ્રતિપક્ષ એટલે યેાગના અનુકુલ અવિતર્ક, અહિંસા વગેરેની જેમ સ્ફૂર્તિ થાય તેમ પ્રયત્ન કરવા. ૩૩

वितर्का हिंसादयः कृतकारितानुमोदिता लोभक्रोध मोह पूर्वका मृदुमध्याधिमात्रा दुःखाज्ञानानन्तफला इति प्रतिपक्षभावनम् ३४

વિતર્ક, એટલે યેાગના પ્રતિબંધક હિંસા વગેરે કૃત-કારિત અથવા મેાટું તે અલ્પ પ્રમાણમાં હોય તેનું ફળ અનંત અજ્ઞાન અને કલેશ છે એવી ભાવનાને પ્રતિપક્ષ ભાવના કહે છે. ૩૪

अहिंसा प्रतिष्ठायां तत्संनिधौ वैरत्यागः ३५

અહિંસાની પ્રતિષ્ઠ થી એટલે અહિંસાનેા ઉદય થવાથી શત્રુ શત્રુતા ત્યાગ કરે છે અને જે અહિંસક છે તેની હિંસક પ્રાણિએા પણ હિંસા કરતા નથી. ૩૫

सत्यप्रतिष्ठायां क्रियाफलाश्रयत्वम् ३६

સત્યની પ્રતિષ્ટા થવાથી એટલે સત્યનું યથાર્થ પાલન કરવથી તેની ક્રિયા ફલાશ્રયી થાય છે અર્થાત્ તે વાક્સિદ્ધ બને છે. ૩૬

अस्तेयप्रतिष्ठायां सर्वरत्नोपस्थानम् ३७

અસ્તેય વ્રતના પાલનથી તે યોગી પાસે સર્વ ધન રત્નાદિ સ્વયં આવે છે. ૩૭

ब्रह्मचर्यप्रतिष्ठायां वीर्यलाभः ३८

બ્રહ્મચર્યની સ્થાપના થવાથી વીર્યની પ્રાપ્તિ થાય છે ૩૮

अपरिग्रहस्थैर्ये जन्मकथंतासम्बोधः ३९

અપરિગ્રહના દૃઢ પાલનાથી પૂર્વ જન્મની સર્વ વાતોનું સ્મરણ થઈ આવે છે. ૩૯

शौचात् स्वाङ्गजुगुप्सा परैरसंसर्गः ४०

શૌચ સિદ્ધ થવાથી પોતાનું શરીર પણ અશુચિ જણા-વાથી તેના ઉપર ઘૃણા થઈ જાય છે અને બીજાના સંગ કરવાની ઇચ્છા પણ થતી નથી. ૪૦

सत्त्वशुद्धिसौमनस्यैकाग्र्येन्द्रियजयात्मदर्शन योग्यत्वानि च ४१

બાહ્યશૌચ સિદ્ધ થવાથી આન્તરશૌચ સિદ્ધ થઈ અંતઃકરણની શુદ્ધિ થાય છે. અંતઃકરણ શુદ્ધ થવાથી સૌમનસ્ય, સૌમનસ્યથી એકાગ્રતા, એકાગ્રતાથી ઇન્દ્રિયજય અને ઇન્દ્રિયજયથી આત્મદર્શન શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. ૪૧

संतोषादनुत्तमः सुखलाभः ४२

સંતોષથી ઉત્તમ સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે ૪૨

कायेन्द्रिय सिद्धिरशुद्धिक्षयात्तपसः ४३

તપસ્યા વડે શરીર અને ઇન્દ્રિયોની અશુદ્ધિનો ક્ષય થાય છે આ વખતે શરીર અને ઇન્દ્રિઓના સંબંધમાં પણ સિદ્ધપણું પ્રાપ્ત થાય છે ૪૩

स्वाध्यायादिष्ट देवता संप्रयोगः ४४

સ્વાધ્યાય સિદ્ધ થવાથી ઇષ્ટદેવતાનું દર્શન અને તેની સાથે વાર્તાલાપ થાય છે. ૪૪

समाधि सिद्धिरीश्वरप्रणिधानात् ४५

ઇશ્વર પ્રણિધાન દ્વારા સમાધિ પ્રાપ્ત થાય છે. ૪૫

स्थिरसुखमासनम् ४६

જે આસન એટલે બેસવાની રીતિમાં સ્થિર સુખની પ્રાપ્તિ થાય તેનું નામ આસન. ૪૬

प्रयत्न शैथिल्यानन्त समापत्तिभ्याम् ४७

સાધારણ આસન પદ્ધતિનો પરિત્યાગ કરી યોગ શાસ્ત્રની પદ્ધતિ પ્રમાણે આસનનો અભ્યાસ કરી અનંતમાં મગ્ન થવાથી અચૈતન્ય નિવારક તન્મયતા પ્રાપ્તિ થાય છે. ૪૭

ततो द्वंद्वानभिघातः ४८

આસન સિદ્ધ કરવાથી શીત, ગ્રીષ્મ પોતાની અસર કરી શકતા નથી અને ક્ષુધા તૃષા પણ વ્યાકુળ કરી શકતાં નથી. ૪૮

तस्मिन्न सति श्वासप्रश्वासयोर्गति विच्छेदः प्राणायामः४९

આસન સિદ્ધ થવાથી શ્વાસપ્રશ્વાસની સ્વાભાવિક ગતિના વ્યતિક્રમ સાધન રૂપ પ્રાણાયામ સિદ્ધ થાય છે (યોગ શાસ્ત્ર પ્રમાણે રેચક, પૂરક અને કુંભક દ્વારા સાધન કરવામાં આવે છે તેનું નામ પ્રાણાયામ છે) ૪૯

बाह्याभ्यन्तरस्तम्भवृत्ति देशकालसंख्याभिः परिदृष्टो दीर्घसूक्ष्मः ५०

આ પ્રાણાયામ ત્રણ ભાગમાં વિભક્ત છે, પ્રથમ ભાગનું નામ બાહ્યવૃત્તિ, દ્વિતીય ભાગનું નામ અભ્યાસવૃત્તિ અને તૃતીય ભાગનું નામ સ્તંભવૃત્તિ. ૫૦

बाह्याभ्यन्तर विषयाक्षेपी चतुर्थः ५१

પ્રાણાયામ કરનાર જો પોતાના શરીરના અંદર અને બહાર વિશેષરૂપથી પર્યાલોચના કરી ઉક્ત ત્રિવિધ પ્રાણાયામનું અનુષ્ઠાન કરે તો તે ચતુર્થ શ્રેણીનું પ્રાણાયામ ગણવામાં આવે છે. ૫૧

ततः क्षीयते प्रकाशावरणम् ५२

જ્યારે આ ચાર પ્રકારના પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરી તેને સિદ્ધ કરી લેવામા આવે છે, ત્યારે સર્વશક્તિ સમ્પન્ન, સર્વ વસ્તુ પ્રકાશક બુદ્ધિ સત્વનો પણ પ્રકાશ થાય છે ૫૨

धारणासु च योग्यता मनसः ५३

બુદ્ધિ સત્વના પ્રકાશમા મનનું સ્વરૂપ અપ્રચ્છન થવાથી અદ્ભુત સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. આ ક્ષમતાના બળથી ધારણા શકિત સ્ફુરણ પામે છે ૫૩

स्वविषया संप्रयोगे चित्तस्वरूपानुकार इवेन्द्रियाणां प्रत्याहारः ५४

આ સર્વ વસ્તુમાં ઇન્દ્રિયો આસકત રહે છે તેમાંથી તેને પાછી હટાવી સારી રીત્યે અવિકારીપણે નિર્વિકાર ચિદ્ સ્વરૂપમાં આધીન કરવાનું નામજ પ્રત્યાહાર છે. ૫૪

ततः परमावश्यतेन्द्रियाणाम् ५५

આ પ્રમાણે પ્રત્યાહારના પ્રભાવથી ઇન્દ્રિયો સારી રીત્યે વશ થાય છે. ૫૫

इति श्री पतञ्जलि विरचित योगसुत्रेषु द्वितीयः साधनपाद समाप्तः ।

ઇતિશ્રી.

પૂજ્યપાદ મહાત્મા શ્રી નથુરામ શર્મા
પ્રણીત પુસ્તકો.

શ્રી ઉપનિષદો.
શ્રી વેદાંત દર્શન.
શ્રી પાતંજલ યોગ દર્શન.
શ્રી સાંખ્ય દર્શન
શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા રહસ્યદીપિકા.
શ્રી સદુપદેશદિવાકર.
શ્રી યોગ કૌસ્તુભ.
શ્રી યોગ પ્રભાકર.
શ્રી નાથ સ્વરોદય.
શ્રી અંતર્યામીના આદેશો.
શ્રી ઉપદેશ ગ્રંથાવલિ.
શ્રી સુબોધ કલ્પલતા
શ્રી પરમપદબોધિની.
શ્રી મહામંત્ર માલિકા.
શ્રી સુવિચાર ચંદ્રિકા.
શ્રી દુરાચાર ગિરિવજ્ર.
શ્રી શંકરાચાર્યનાં અષ્ટાદશ રત્નો.
શ્રી આહ્નિકપ્રકાશ.
શ્રી નાથ કાવ્ય.

વિગેરે, વિગેરે.

ઉપરનાં પુસ્તકો જીજ્ઞાસુઓએ અવશ્ય વાંચવાયોગ્ય છે.

योगेन चित्तस्य पदेन वाचाम्
मलं शरिरस्य च वैद्यकेन
अपाकरोत्त प्रवरं मुनिनां ।
पतञ्जलिं प्राञ्जलिरानतोऽस्मि ॥

પ્રકાશકો:—
જેઠાલાલ માધવજી
કરસનદાસ શામજી
સંયુક્ત મંત્રીઓ,
શ્રી આનંદાશ્રમ મુમુક્ષુ મંડળ,—કરાચી

મુદ્રકઃ—
નરભેશંકર જગજીવન દવે.
મનોહર પ્રેસ,—કરાચી.



પુસ્તકો મળવાનું ઠેકાણું:—

ઠક્કર કેશવજી નથુભાઇ બુક-સેલર,

જોડીયા બજાર,—કરાચી.